1522

Reg. No. M. 1534.

R. C. Training
School Magazine,
Trichinopoly.

OFFICE OF THE REGISTRAR OF BOOKS
No.
28 JUN 1929
MADRAS

திருச்சினுப்புள்ளி
திருக்குடும்பப் பாடசாலையில் மலரும்

போதனு விஷயப் பூங்கொத்து.

மாதமொருமுறை மலரும்: வருஷ சந்தா ரூபாய் 1.

கோத்து 18.	மே-ஜூன் 1929.	மலர் 11, 12.

...ந்திராதிபர் குறிப்புகள்.

...ட்சை ரிஸல்ட் வந்து இரண்டு வார
...ணவர்களில் 35 பேர் தேறிவிட்டனர்.
...ரமே 40-க்கு கீழ்ப்பட்ட சதவீதமும்
— சதவீதமும் மார்க்குகள் வாங்கியுள்ள

* * *

JL
ஜைவா, M11pp
M29.18.11-12
18: 283

நமது பாடசாலை பழைய மாணவர்கள் உபாத்திமைத்தொழி லின்றி இருப்பவராயின் நமக்குத் தெரிவித்துக்கொண்டிருந்தால், விசேஷமாய் பங்குசுவாமியார் சிபார்சு செய்வாராளுல், உபாத்தியாயர் தேவையான பாடசாலைகளுக்கு அனுப்பப் பிரயாசப்படுவோம்.

* * *

பழைய மாணவர் பாடசாலை முதல்தடவையாக நடத்தத் துவக்கியதும், பிறகு ஆறு ஆறுமாதங்களுக்குப்பின் தங்கள் வேலையைப்பற்றி இங்கு தெரிவிக்கக் கடமைபூண்டுள்ளார்கள்.

* * *

ஆரம்ப சட்ட நடபடி (Elementary Education Act) சட்ட நிருபண சபைக்குக் கொண்டுவரப்படுமுன் கடைசியாகத் திருத்தப்படும்படி கவனிக்கப்பட்டுவருகிறது. ஜில்லாக் கல்வி சபை இருப்பதும் எடுபடுவதும் விரைவில் தெரியவரலாம்.

சந்தாதார் பக்கம்.

[இத்தலைப்பின்கீழ் சந்தாதார் கேட்கும் கேள்விகள், கேள்விகளுக்கு அவர்கள் சொல்லும் விடைகள், அவர்கள் எழுதும் கடிதங்கள், வியாசங்கள் முதலியவைகளைப் பிரசுரிப்போம். எழுதுபவர்கள் இதற்கென்று பிரத்தியேகமான காகிதத்தின் இடது பக்கம் கொஞ்சம் இடம்விட்டு காகிதத்தின் ஒரே பக்கத்தில் தெளிவாயும் சுருக்கமாயும் எழுதும்படி கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறுர்கள். சந்தாதாரின் அபிப்பிராயங்களுக்குப் பத்திராதிபர் உத்திரவாதியல்லர்.]

கிராம முன்னேற்றத்திற்கான ஆரம்பக் கல்வி.

இவ்வுலகின்கண் மானிடர்கள் தேடற்பாலனவாகிய பொருள்களிற் சிறந்தது கல்விப்பொருளேயாம். தற்காலத்தில் நம் தேசம் கல்வியில் அபிவிருத்தியடைந்து வருகிறதெனினும், கிராமாந்தரங்களில் போதுமான தேர்ச்சியடையவில்லையென்பது யாவருக்குந் தெரிந்த விஷயம்.

ஆரம்பக் கல்வியென்பது துவக்கமான படிப்பு என்று பொருள்படும். இஃது கல்வியாகிய கட்டிடத்தின் அஸ்திவாரம் என்று சொல்லலாம். எப்படியெனில், ஒரு கட்டிடத்திற்கு முதன் முதலில் இன்றியமையாதது அஸ்திவாரமானபடியினாலே, கல்வியென்னப்பட்ட கட்டிடத்திற்கு அஸ்திவாரமாகிய ஆரம்பக் கல்வி இன்றியமையாதது

132285

ஆரம்பக் கல்வியின் நோக்கம்:—இற்றையநாள் சிறு குழந்தைகளே பிற்காலத்தில் நாட்டையாளும் மக்களாவராதலாலும், களங்கமற்ற இளங்குழந்தைகளது மனத்தை அவ்விளம்பிராயத்திலேயே நல்வழியில் திருப்புவது சாத்தியமும் சிறப்புமாதலாலும் பெற்றோர்களால் ஆசிரியரிடத்தில் அனுப்பப்படும் சிறு குழந்தைகள் நாட்டிற்கோர் அணிகலமாக விளங்குவதற்கும், விதிவிலக்குகளையறிந்து நல்லொழுக்கமுடையோராகவும், பலதிறப்பட்ட நாட்டுத் தொழில்களுக்கும், வழக்கிலே பயன்படத்தக்க வகையில் கல்வியறிவுடையோராகவும் ஆவதற்கேற்ற வகையில் உரிய வித்தையை ஊன்றிப் பயிற்சிசெய்தலே ஆரம்பக் கல்வியின் இன்றியமையாத நோக்கமாகும்.

சாமான்ய ஜனங்களுக்கு ஏற்ற கல்வி:—விவஸாயத் தொழிலிலேயே அமர்ந்து, அதையே ஜீவனமாகக்கொண்டிருக்கும் ஜனங்களை மிராசுதார்களென்றும், நிலத்தை உழுது சாகுபடி செய்பவர்களை வேலைக்காரர்களென்றும் இரண்டு விதமாகப் பிரிக்கலாம். அந்த இருதிறத்தாருக்கும் அவரவர்களுக்கு ஏற்றவாறு கல்வியானது போதிக்கப்படவேண்டும்.

நிலத்தை உழுது சாகுபடிசெய்யும் வேலைக்காரர்களுக்கு எவ்வாறு கல்வியைப் போதித்து முன்னேற்றுவதென சற்று ஆராய்வோம். அந்த இடத்திலுள்ள நாகரீகம், அந்த ஜனங்களுடைய குணாதிசயங்கள், நடக்கைகள், பழக்கவழக்கங்கள் முதலியவற்றிற்குத் தக்கவாறு கல்வி கற்பிக்கப்படவேண்டும். அதாவது, பாடசாலையில் போதிக்கப்படும் பாடங்களும், செய்யப்படும் இதர ஏற்பாடுகளும் அந்தப் பாடசாலையின் பெரும்பான்மையாராகிய பிள்ளைகளின் நிலைமைக்குத் தக்கபடி அவரவர்களுக்கு புத்தி விசாலத்தை உண்டுபண்ணவும், அவர்களுடைய ஜீவனோபாயத்திற்குக் கூடியவரையில் அநுகூலமாகவும், ஏற்றவைகளாயுமிருக்க வேண்டும். மேலும் பாஷாபிவிருத்தியையும் புத்திவிசாலத்தையும் கொடுக்கும்படியான பல நூல்களைப் புகட்டவேண்டும். புத்திவிசாலத்தை உத்தேசித்தே இந்துதேச சரித்திரமும் இராஜாங்கம் நடைபெறும் விதமும் நம்முடைய இராஜ்யத்தை ஆளுபவராகிய ஆங்கிலேயர்களுடைய பழக்கவழக்கங்களும் ஆகிய இவைகளும் கிராமப்பாடசாலையில் தெளிவாய்க் கற்பிக்கப்படவேண்டும்.

இன்னும் கிராம ஜனங்கள் சோர்வடையுங்காலத்தில் சந்தோஷத்தையும் உற்சாகத்தையும் கொடுக்கக்கூடியதுமான சங்கீதம், சித்திரம் முதலிய ரஸமான பாடங்களையும் கற்பிப்பதே உத்

182283

தமம். "எண்ணுமெழுத்தும் கண்ணெனத்தகும்" என்றபடி எழுத்தும் கணிதமும் இன்றியமையாதவைகளென்பதை நன்கு யறிந்துகொள்ளவேண்டும். எழுத்தென்பதில் கையெழுத்துடன் வியாஸமும், சுலபமான வர்ணனையும் எழுதுதலையும், கணிதமென் பதில் வாய்க்கணக்காக நமது பழைய முறைப்படியே வட்டிச் சிட்டை, கிரயப்பட்டி முதலியவைகளைச் சுலபத்தில் போடும் தேர்ச்சியடைதல் ஆகிய இந்த விஷயங்களையும் சேர்த்துக் கற்பிக்க வேண்டும். மேலும் அக்கிராமச் சிறுவர்கள் கிராமக்கணக்கு களில் முக்கியமான சிலவற்றின் பழக்கமும் அடைதல்வேண்டும். அன்றியும் தங்கள் கிராமத்தைச் சுற்றிலும் சிறிது தூரமட்டிலா வது உள்ள பிரதேசத்தின் முக்கியமான குணுதிசயங்களையும், அதில் விளையும் பயிர்பச்சை, மற்றுமுள்ள தாவரப்பொருள்கள் ஆகிய இவைகளைப்பற்றிய விசேஷங்களையும், அதில் நடைபெறும் வியாபாரம், கைத்தொழில் முதலியவற்றையும் சிறிது அறிந் திருக்கும்படி செய்யவேண்டும். மேற்கண்ட விஷயங்களை கிராம ஆசிரியர் தெளிவாய்ப் போதித்து, அவர்கள் ஆராய்ச்சி செய்யு மாறு தூண்டுதல் செய்யவேண்டும்.

இவையன்றியும் பாமரஜனங்களுடைய அறியாமையானது ஆரம்பக் கல்வியைப் பரவச்செய்வதால் அறவே நீக்கப்படல் வேண்டும். அதற்காக ஸாத்தியமான இடங்களில் பள்ளிக்கூடங் கள் அமைத்து, அவைகளை ஒழுங்குடன் செவ்வனே நடத்திவர வேண்டும்.

மானிடர் யாவரும் தங்களைத் தாங்களே முன்னேற்றிக் கொள்ளுவதோடுகூட பிறரையும் முன்னேற்றக் கடமைப்பட்டிருக் கிறார்கள். ஆனால், நம் தேசத்திலுள்ளவர்கள், விசேஷமாய் கிராமவாசிகளில் பெரும்பான்மையோர் தங்களைத் தாங்களே முதலாய் முன்னேற்றிக்கொள்ள வகைதெரியாதவர்களாய் இருக்கின்றனர். இவ்வித அறிவின்மையைப்போக்க பல பல இயக்கங்களிருந்தபோதிலும் அவைகளுக்கெல்லாம் அடிப்படை யானது ஆரம்பக் கல்வியேயாகும்.

"தீட்டுவோன் இன்றியாமோ சித்திரம் திகழ்பொற்பாவை
ஆட்டுவோனின்றித் தானே ஆடுமோ"

என்பதற்கொப்ப, அக்கல்வியைப் போதிப்போனில்லாமல், அஃது கற்பிக்கப்படுவது எங்ஙனம்! ஆகையால் அக்கல்வியைக் கற்பிக் கத் தகுதியானவர்கள் ஆசிரியர்களேயாவர். அவர்கள் தாம் கற்றுக்கொடுக்கும் படிப்பு விஷயமாய் எழுதுதலும், படித்தலும் கணக்குப்போடுதலும், சித்திரம் வரைதலும் பிள்ளைகள் தாங்களே

பார்த்தபடி கற்றுக்கொள்ளுவதும், சிருஷ்டிப்பொருள்களை அறிந்துகொள்ளுவதுமாகிய விஷயங்களை உபாத்தியாயர்கள் நன்றாய் அறிந்திருக்கவேண்டும்.

தினந்தினம் 4-மணி நேரமாவது பிள்ளைகளுக்குப் பாடம் போதிக்கவேண்டும். 30, 40 பிள்ளைகளுக்குமேல் ஒரு உபாத்தியாயர் சொல்லிக்கொடுக்கிறவராய் இருத்தல்கூடாது. ஒரு வகுப்பிற்கு ஒரே உபாத்தியாயர் கற்பிக்கவேண்டும்.

குழந்தைகளுக்குப் பலமாதிரியான கைவேலை கற்றுக் கொடுத்தல் :—(1) உபாத்தியாயர்கள் குழந்தைகளுக்கான கைத்தொழிலில் இரண்டு மாதிரிகளைத் தானே செய்து, அவரால் செய்யப்பட்டுள்ளவைகளைச் சார்ந்து குழந்தைகள் செய்யும்படி ஏற்பாடு செய்தல்வேண்டும்.

(2) போதனைக்குரிய தேசப்படங்களும் கடைத்தெருவில் வாங்கக்கூடியவைகளைத் தவிர்த்து, குழந்தைகளுக்கும் பாடசாலைக்கும் சகாயமாக பூகோளம், தாவரநூல், கணிதம், தேச பரிபாலனம் முதலிய பாடங்களின் சம்மந்தமாக படங்கள் தயாரித்தல்.

(3) ஆரம்பப் பாடசாலையிலுள்ள ஒன்று அல்லது அதிகமான வகுப்புகளுக்கான பாட திட்டங்களுக்கான, குணமான மாதிரிப் பொருள்களையும் சேகரித்தல்.

(4) போதனுமுறைக்குரிய கருவிகளையும் பொருட்களையும் உற்பத்திசெய்தல். மேலும், தான் ஏதாவது ஒரு நூதனமான வேலையைக் கண்டுபிடித்திருந்தால் அதை யாவருக்கும் பரவச் செய்தல்வேண்டும்.

(5) புஸ்தகசாலை அமைத்தல் :—சிறிய புஸ்தகசாலை ஒன்றை ஆசிரியர் எவ்விதத்திலாவது அமைக்க ஆர்வங்கொள்ளல் வேண்டும். வகுப்புகளுக்கான மாதிரிப் புஸ்தகங்கள் முன்காலத்திலுள்ள சிறந்த கணிதங்கள், புராணங்கள், மாணவர் மனதிற்கிசைந்த பல சங்கீத புஸ்தகங்கள் அமைத்தல்வேண்டும். மேலும் ஆசிரியர் நன்றாய்க் கற்றுணர்ந்தவராயிருப்பதோடு, கிராமத்தோடு பொருந்த நடத்தலிலும், முன்மாதிரிகையிலும், சாமர்த்தியத்திலும் வல்லவராதல்வேண்டும்.

தாம் கற்றுணர்ந்த சிறந்த பொருட்களை பிறர் எளிதில் அறியுமாறு போதிக்கும் திறமையுடையவராக இருக்கவேண்டும். தாம் பாடம் கற்பிக்குங்கால் பிள்ளைகளுக்குக் கற்பிக்கப்போகும் விஷயங்களை மனத்தில் ஆழ அமைத்துக்கொண்டு விரையாமலும்,

வெருளாமலும், பிரியத்துடனும், முகமலர்ச்சியுடனும், ஊக்க உற்சாகத்துடனும் தெளிவாக இனிது கற்பித்தல்வேண்டும். அவர் போதிக்கும் முறையினுலும் குற்றமற்ற இனிய சொற்களாலும் இளம் மாணவர்கள் அவரிடம் ஈடுபட்டு, அன்னவர்கள் மேலும் மேலும் அநேக விஷயங்களை ஆசிரியரிடமிருந்து அறியவேணு மென்கிற ஆர்வத்தையும், மனோ உற்சாகத்தையும் உண்டுபண்ணக் கூடியவராயிருக்கவேண்டும். ஆனல் அவ்விளைஞர்கள் கேட்கும் ஐயுறவை ஆசிரியர் அறவே நீக்கவேண்டும். இன்னும் ஆசிரியர், பாடத்தின்மட்டிலும் போதிப்பவராயிருப்பதோடுகூட, மாணவர் களுக்கு நலமுள்ள பொது உணர்ச்சிகளை உண்டுபண்ணி, அவர் கள்மட்டில் அநுதாபமும் பக்ஷமும் உள்ளவராக இருக்கவேண் டும். ஆசிரியர்கள் தாங்கள் முதன்முதலில் நல்லொழுக்க நன் னெறியினின்றும் விலகாவண்ணம் தம்மையே பாதுகாத்து, தம்மு டைய நடத்தையினுலும் அவரைச் சுற்றியுள்ள பிறரும் அவரைப் பின்பற்றி நடக்க அவர் தகுந்தவராயிருக்கவேண்டும். குழந்தை களுக்கு "எழுத்தறிவித்தவன் இறைவன் ஆகும்" என்னும் நீதி வாக்கியத்திற்கொப்ப ஆசிரியர் அவர்களுக்கு ஓர் நல்லறிவைப் புகட்டும் குருவாயிருப்பதால் அண்டிவந்த பாலர்களை ஆசிரியரும் அதற்கேற்றவாறு அவர்கள்மட்டில் விசுவாசத்துடனும் நம்பிக்கை யுடனும் அன்புபாராட்டவேண்டும்.

பெற்றோர்களின் கல்வியறியாமை நீக்கப்பட்டாலல்லவோ பிள்ளைகளின் பேதமையும் ஒருவாறு நீங்கி, முன்னேற்றமடைய ஏதுவாகும்! இல்லையேல் எங்ஙனம் முன்னேற்றமடையும்? சுவர் இருந்தாலல்லோ சித்திரம் வரைய இயலும் என்றபடி பெற்றோர்கள் தங்கள் பிள்ளைகளைச் சிரமப்பட்டு, பாடசாலைக்கு அனுப்பினலல்லவோ அப்பிள்ளைகள் படித்து முன்னேற ஏதுவா யிருக்கும்! இவ்வாறு அறிவின்மையால் மயங்கி நிற்கும் கிராம வாசிகளுக்குப் பேரறிவைப் புகட்டத்தகுந்தவர் ஆசிரியரன்றோ! வேறு எவரால் முடியும்? ஆகையால், ஆரம்ப ஆசிரியர்கள் யாவரும் கிராம முன்னேற்றத்திற்கு ஓர் இன்றியமையாத எத்தன மாயிருக்கிருர்கள். தாம் கற்றுக்கொடுக்கும் பாடத்தினல் மட்டும் கிராமவாசிகள் முன்னேற்றமடைவார்களென்று சொல்லுவ தற்கிடமில்லை. ஆனல் அதனைச்சார்ந்த மற்ற நல்லொழுக்க சம் மந்தமான விஷயங்களையும், சுகாதார விஷயங்களையும், பொது நன்மைக்குரிய விஷயங்களையும் அவர்கள் கசடறக் கற்றிருக்க வேண்டும். உபாத்தியாயர் அதைப்பற்றி அவர்களுக்குப் போதிக்கவேண்டும்.

(1) அதற்காக முதன்முதலில் தாம் சுத்தமாயிருக்கவேண்டும். அதாவது சுத்தமான உடுப்பு முதலியவை அணிந்து நித்தமும் சுத்தமாய் நீராடவேண்டும்.

(2) தம் சிரசில் எண்ணெய் வைத்துச் சீவி செவ்வனே இருத்தல்வேண்டும்.

(3) தாம் கற்பிக்கும் பாடசாலையானது பார்த்தோர் மதிக்குமாறு பர்ணசாலையாகக் காணப்படவேண்டும். அதாவது பிறர் அதைப்பார்த்த மாத்திரத்தில்தானே பள்ளிக்கூடமென்றறிந்து அதைப் பரிகரிக்கவேண்டும்.

(4) "நோயற்ற வாழ்வே குறையற்ற செல்வம்" என்பதற்கிணங்க ஒவ்வொருவரும் முதன்முதல் சௌக்கியத்தைத் தேடிக்கொள்ளல்வேண்டும். சுகாதார விஷயத்தைக் கேவலமாய் நினைத்துவிடாமல் முக்கியமாய் கற்றுக்கொள்ளவேண்டியதவசியமென்பதை பொது ஜனங்கள் அறியும்படி செய்யவேண்டும். ஆகையால் கிராம ஆசிரியர் தங்கள் தங்கள் பள்ளிக்கூடங்களில் எப்படி தேச சரித்திரங்கள், கணிதம், பாஷாகிரந்தங்கள் இவற்றைப் போதித்து, மாணவர்களின் மூளையை விருத்திபண்ணுகிறார்களோ அதுபோலவே சுகாதாரப் போதகத்திற்காக வாரத்தில் ஒருமணி நேரமாவது ஒதுக்கிவைத்து இவ்விஷயத்தில் உபயோகப்படுத்தி, அதன் மூலமாக மாணவர்களின் சுகாதாரத்தைக் கவனித்து விசேஷமாய்க் கிராம ஜனங்களுக்கும் அதன் நன்மைகளை உபதேசித்து, அதனை கடைப்பிடித்து ஒழுகச் செய்தல்வேண்டும்.

கிராம ஜனங்கள் தங்கள் பிள்ளைகளைப் படிக்கவைத்து முன்னேற்றமடையாமலிருக்கக் காரணம் :—

1. எளிமை நிலை, 2. அறியாமை. 3. படிப்பின் பயனை உணராமை.

ஜனங்களுடைய எளிமைத்தனத்தினால் பிள்ளைகளே தங்களுக்கு ஏற்படும் செலவுக்குமட்டிலுமாவது பலவிதத்திலும் சம்பாதிக்கவேண்டியதிருக்கிறது. இதனாலேயே பெற்றோர்கள் தம் மக்களை அதிக காலம் படிக்கவைக்க முடியாமலிருக்கிறதென்று சொல்லவேண்டும். ஆனால் சிறிது காலமாவது படிக்கவைக்க முடிகிறதென்றால் இச்சிறிது காலத்திலுங்கூட பள்ளிக்கூட நாட்களிலேனும் பிள்ளைகளைப் பாடசாலைக்குத் தவறாமல் அனுப்பிவைக்க முடிகிறதில்லை. ஏனென்றால், சிற்சில சமயங்களில் தங்களுடைய வறுமையின் காரணத்தால் தங்களுடைய கூலிவேலை

முதலிய காரியங்களுக்குத் தம் மக்களைத் துணையாகக்கொள்ளு கிறார்கள். இன்னும் தாங்கள் வேலைக்குச் சென்ற காலத்தில் வீட்டைப் பார்த்துக்கொள்ளவோ, ஆடுமாடுகளை மேய்த்துக் கொள்ளவும் பிள்ளை எடுத்துக்கொள்ளவும் உள்ளாக்கிவிடுவதோடு கூட, இதரருடைய ஆடுமாடுகளை மேய்ப்பது, கடைகளில் அமர்த்து வது இதுபோன்ற காரியங்களுக்கும் தங்கள் பிள்ளைகளை உபயோ கிக்கின்றனர். கல்வியின் மேன்மையை உணர்ந்த செல்வமுடை யோர் தங்கள் பிள்ளைகளின் படிப்பையே பெரிதாக எண்ணி, தம்மைச் சுற்றியுள்ள ஏழைகளின் பிள்ளைகளின் படிப்பை அலட்சியம்செய்து, அவர்களுக்குக் கூலிகொடுத்து தங்கள் காரி யங்களைமட்டும் நிறைவேற்றிக்கொள்ளுவதையே பெரிதாகக் கொள்ளுகின்றனர். மேலும், செல்வர்களிலும் சிலர் படிப்பின் மேன்மையை அறியாதவர்கள், தங்களிடம் ஏரிருக்கிறது, மாடிருக் கிறது, தாரிருக்கிறது, தரிசு இருக்கிறது என்பார்கள். பிறருக்குக் கொடுக்கும் கூலி தம் பிள்ளை செய்தால் தமக்கு மிச்சந்தானே என்னும் அசட்டுச் சிக்கனத்தை உத்தேசித்து, தங்கள் பிள்ளைகளை வருடமுழுதுமோ அல்லது இடைக்கிடையோ நிறுத்திவிட்டுப் படிப்பை வீணாக்குகின்றனர்.

மேலே சொல்லப்பட்ட அறியாமையும், வறுமையும் நீங்கி, நம் தேச மக்கள் 5-ம் வகுப்பு படிப்பின் அறிவையாவது அடை யப் பெற்றிருக்கவேண்டுமாயின் கட்டாயக் கல்விமுறையை அவசி யம் உடனே அமுலுக்குக் கொண்டுவரவேண்டும். மேலும் மிகுந்த வறுமையாளரின் பிள்ளைகளுக்கென்கிலும் ஒரு வேளை ஆகாரமா வது அளித்தல்வேண்டும். மக்களைப் பெறுதல் தமக்கும், தம் குடும்பத்திற்கும் இளமையிலேயே உழைத்துப் போடுவதற்கு என்பதை அப்பாமரர்களுக்கும், வறுமையாளர்கட்கும் உபதேசிக் கும் ஏற்பாடுகளும் செய்தல்வேண்டும்.

கிராமவாசிகளும் அவர்கள் மக்களும் தங்கள் ஆசிரியர்மேல் மதிப்புவைத்து, அவர் உபதேசிக்கும் நன்மார்க்க வழியை நாட வேண்டும்.

இறுதியாய், கிராமாந்தரங்களில் முன்னேற்றத்திற்காக அநு சரிக்கப்படவேண்டிய சில ஒழுங்குகள் :—

(1) ஜனசமூக க்ஷேமலாபங்கள் அதிகரிக்க ஏதுவாகிறபடி யால், பாடசாலையின் ஆசிரியரால் கிராமவாசிகள் தூண்டப்பட்டு அவர்கள் தங்கள் பிள்ளைகளைப் பாடசாலைக்கு அனுப்புமாறு செய்ய வேண்டும்.

(2) கூடியமட்டும் தாங்களும் தங்கள் பிள்ளைகளும் கற்க வேண்டிய விஷயமாக எவ்வளவு சிரமத்தை எடுக்க இயலுமோ அவ்வாறு செய்யவேண்டும்.

(3) கிராமவாசிகளில் கற்றவர்கள் தங்கள் ஊரிலேயே இருந்து மற்றவர்களையும் முன்னுக்குக் கொண்டுவர முடியுமான பெரு முயற்சியையும் எடுத்துக்கொள்ளல்வேண்டும்.

(4) கிராமப் பள்ளிக்கூடங்களில் சம்பள விஷயமாய் ஆசிரியர்கள் கண்டிப்புச் செய்தல் கூடாது. லீவுநாட்கள் பள்ளிக்கூடங்களில் தேவையான அளவே தவிர அதிக லீவுநாட்களிருத்தல் கூடாது.

(5) ஆரம்பப் பாடசாலையானது சாதாரண ஜனங்களுக்கென்று ஆனதால் பாடசாலையின் ஒழுங்குகளும் சாதாரணமாகவே இருக்கவேண்டும்.

(6). ஒரே கிராமத்தில் பல பாடசாலைகளிருத்தல் கூடாது.

(7) இராப் பள்ளிக்கூடங்கள் நடைபெறுதல் எத்திறத்தவருக்கும் ஆரம்பக் கல்வியைப் பரவச்செய்வதற்கு ஏற்ற சாதனமென்று சொல்லலாம்.

(8) பிள்ளைகளின் கல்வியறிவை விருத்திசெய்ய பாடசாலைத் தோட்டம் இன்றியமையாதது.

K. S. Michael,
Higher Junior.

ஒறுத்தலின் அவசரம்.

'படைத்தான் படைப்பெல்லாம் மனுவுக்காக மனுவைப் படைத்தான் தன்னை வணங்க' என்பதற்கொப்ப மனிதனை மற்ற சிருஷ்டிகளைக்காட்டிலும் மேலான அந்தஸ்திலே உண்டாக்கி, அவனுக்கு சுபாவத்துக்கு மேற்பட்ட வரங்களைக் கொடுத்து, அவனை தன் சுபாவ கதிக்கு மேலான விதமாய் சர்வேசுரன் உயர்த்தினார். இப்படி கடவுளால் உண்டாக்கப்பட்ட மனிதனுக்கு நுண்ணிய அறிவும் தெளிந்த புத்தியும் நிஷ்களங்கமற்ற இருதயமும் சரீரத்தின் ஐம்புலன்களும் ஒழுங்காய் அமையப்பெற்றிருந்தன.

மனிதன் பாவம் கட்டிக்கொள்ளுமுன் அவனது புத்தி சர்வேசுரன் சித்தத்துக்கு அமைந்திருக்க, அவனது சரீரம் அவனது புத்திக்கு அடங்கி இருந்தது. சர்வேசுரன்கட்டளையை மனிதன் மீறினவுடனே சர்வேசுரனுக்கு விரோதமாய் புத்தி எழும்ப,

அவனது சரீரம் அவனுடைய புத்திக்கு அடங்காமல் தன் இச்சைக்கு அடுத்த காரியங்களை நாடித் தேடுகிறது. இப்படி புத்தி நம்மை ஒருபக்கம் இழுக்க, நமது சரீரம் நம்மை வேறுபக்கம் இழுக்க, இதனால் உண்டாகும் வருத்தத்தை ஆத்தும போராட்டம் (அல்லது) ஆசாபாசம் என்கிறோம்.

மலையில் இருந்து நீர் ஊற்றுகள் புறப்படுவதுபோல நமது ஆத்துமத்திலிருந்து இரு துர்க்குண நீர் ஊற்றுகள் புறப்படுகின்றன. அதாவது: (1) ஆங்காரம், (2) சரீர இச்சை. ஆங்காரத்தால் மனிதன் தன்னை எல்லாருக்கும் மேலாக மதிக்கவும், பிறரை நிந்திக்கவும், கெடுக்கவும், சர்வேசுரன் தனக்கு தயவாய்த் தந்த நன்மைகளை தன்னுடையதாகப் பாராட்டவும், இன்னும் அநேக துர்க்குணங்களுக்கு ஊற்றாகவும் இருக்கிறது. சரீர இச்சையால் ஒழுங்கற்ற சுகபோகங்களைத் தேடவும் மிதமிஞ்சிக் குடிக்கவும் கண்டதெல்லாம் பார்க்கவும் கேட்கவும் ஐம்புலன்களுக்கு இன்பத்தைக் கொடுக்க முயலுவதும் விசேஷமாய் பாவத்துக்கு அடுத்த சுகபோகங்களை அனுபவிக்கவும் சரீரம் இடைவிடாமல் பிரயாசப்படுகிறது. இதனாலேதான் சிறுபந்துவக்கியே மனிதனுடைய புத்தி தின்மையை நாடி இருக்கிறது என்று திவ்ய இஸ்பிரீத்து சாந்து சொல்லியிருக்கிறார். ஓர்நாள் ஓர் வால வனவாசி வயதிலும் புண்ணியத்திலும் விருத்தாப்பியரான ஓர் வனவாசியிடம் போய் தான் புண்ணியத்திலே வர்த்திக்க ஓர் உபாயம் சொல்ல வேணுமென்று கேட்க, அதற்கு அம்முனிவர் "மகனே, உன்னைத் தானே அடக்க கற்றுக்கொள்" என்றார். தன்னை அடக்காதவன் மிருகத்திலும் கேடுகெட்டவனாவான்.

நம்மை எவ்விஷயங்களில் அடக்கவேணுமென்று கேட்கலாம். பாவத்தையும் பாவத்துக்கு ஏதுவான சமயங்களையும், ஆங்காரத்துக்கு அடுத்த நினைவுகளையும் ஆசைகளையும் ஒழுங்கற்ற சரீர இச்சைகளையும் அடக்கி ஒடுக்க முயலவேண்டும். சுருங்கச்சொல்லுங்கால் சர்வேசுரனுடைய கற்பனைகளையும் திருச்சபையின் கட்டளைகளையும் அனுசரிப்பதற்கு விக்கினமான யாவற்றையும் ஒறுத்துத் தள்ளவேண்டும். "பரலோக ராஜ்யம் பலவந்தப்படுகிறது. பலவந்தக்காரரே அதை பறித்துக்கொள்வார்கள்" என்று நமதாண்டவர் திருவுளம்பற்றியிருப்பதால் யாரார் தங்கள்மேல் ஓயா விழிப்பாய் இருந்து தேவ உதவியை மன்றாடி தங்களை ஜெயிக்கப் பிரயாசப்படுவார்களோ அவர்கள் மாத்திரம் பரலோக ராஜ்யத்தை கைக்கொள்ளுவார்கள்.

K. S. Amirtham.

தென் ஆப்பிரிக்காவின் வெட்டுக்கிளிகள்.

வெட்டுக்கிளியானது பூச்சி (Insect) இனத்தைச் சேர்ந்ததாயினும் இவைகள் அநேகவிடங்களில் கூட்டமாய் வசிக்கின்றனவென்று நாம் சொல்லக்கேட்டிருக்கிறோமேயொழியக் கண்டறியோம். ஏனெனில் நமது தேசத்தில் உள்ள வெட்டுக்கிளிகள் சிறியவைகளே. சிற்சில சமயங்களில் அநேக பெரிய வெட்டுக்கிளிகளைப் பார்த்திருக்கிறோமென்றாலும், பட்சிகள், கொசுக்கள், தேனீக்கள் முதலியவைகள் கூட்டங்கூட்டமாய்ச் சாதாரணமாகச் செல்வதைப்போல் நாம் பெரும்பாலும் கண்டிலோம். ஆனால் ஆப்பிரிக்காவில் உள்ள வெட்டுக்கிளிகளைப்பற்றி கீழ்க்கண்ட விஷயத்திற் காணலாம்.

"இங்குள்ள வெட்டுக்கிளிகள், வயல்களிலும் தோட்டங்களிலுமுள்ள பயிர்களுக்குச் செய்யும் நாசத்துக்களவில்லை. அவைகள் போகும் வழியில் தென்படும் வயல்களின்பாடு அதோகதிதான். இதனால் வெள்ளாண்மைக்காரர்களுக்கு உண்டாகும் நஷ்டத்துக்களவில்லை. இங்கு நஷ்டமானால் குடிஜனங்களுக்குத் தானியமில்லாக்குறைவால் ஊருக்கும் கஷ்டந்தான். ஆகவே எச்சமயத்தில் அதிலும் பயிர் நன்றாய்ச் செழித்தோங்கி நிற்குங் காலத்தில் இவைகளின் கூட்டம் புறப்படுமோ, அப்போது அவ்வூருக்கு ஏற்படக்கூடிய பஞ்சத்துக்கறிகுறியாகிறது!

"ஒருதடவை ஒரு எக்ஸ்பிரஸ் வண்டி ஓடிக்கொண்டிருக்கும்போது, சற்று தூரத்துக்கப்பால் ரயில்பாதையின் குறுக்கே பறந்துசென்றுகொண்டிருந்த இக்கிளிக்கூட்டத்தின் தடையால் வண்டியையோட்டும் டிரைவர் அவைகள் கடக்கும்வரையில் வண்டியை விடாமல் நிறுத்திக்கொண்டிருக்கும்படியாயிற்றென்பதை நாம் கேள்விப்பட, எவ்வளவு பூச்சிகள் சேர்ந்த கூட்டமாயிருந்திருக்குமோவென்பதை யோசிக்க ஆச்சரியமாயிருக்கிறது!

"மற்றோர் தடவையில், செங்கடலின்மேல் பறந்துசென்ற வெட்டுக்கிளிகளின் கூட்டமானது 20 மைல் தூரம் பரவியிருந்ததென்றால் வேறே ஆச்சரியமில்லை! அப்படிப் பறந்துசென்ற பூச்சிகளின் நிறை ஏறக்குறைய 42850 டன் (Ton) இருக்கலாமென இதைக் கண்ட ஒருவர் எழுதுகிறார்.

"சைப்பிரஸ் தீவிலுள்ள ஓர் இடத்தில் மாத்திரம் சேகரிக்கப்பட்ட வெட்டுக்கிளிகளின் முட்டைகளுடைய நிறை 1300 டன் இருந்ததாம். இதுவும் ஆச்சரியமல்லவா? இம்மாதிரிக் கூட்டமொன்று காவேரி டெல்டா, கங்கை டெல்டா, இன்னும் முதலிய

நெல் விளையும் நாடுகளுக்கு வந்தால் என்ன நாசமுண்டாகுமோ தெரியவில்லை. பச்சையாயிருந்த நிலமானது பழுப்பு நிறமான பாழ்ந்தரையாகத்தானிருக்கும். வயலில் ஒரு தாளையாவது காண்பதரிது.

"இப்படியாக, ஆப்பிரிக்காவில் சேதத்தையுண்டுபண்ணும் இப்பட்சிகளை (வெட்டுக்கிளிகளை) தொலைக்க எவ்வளவோ ஏற்பாடுகள் செய்தும் சித்தியானபாடில்லை. பணவிரயமானதுதான் கண்ட பலன். கடைசியாய் நற்காலத்துக்கேற்றாற்போல், ஒருவருடைய மூளையில் ஓர் யுக்தி பிறந்தது. இவ்வெட்டுக்கிளிகளைப் பிடித்து உணவுப் பொருட்களாக மாற்றலாமென்பதாகக் கண்டு பிடித்தார். ஆகவே ஜோஹனஸ்பார்க்கில் (Johannesberg) 'தென் ஆப்பிரிக்காவின் வெட்டுக்கிளி விளைச்சல் கம்பெனி' என்னும் நாமங்கொண்ட ஒரு தொழிற்சாலையை ஏற்படுத்தி, வெட்டுக்கிளிகளைப் பிடித்துவந்து பலவிதமான உணவுகளைச் செய்துவருகிறார்கள்.

"இவைகளால் செய்யப்படும் உணவுகளில் முக்கியமானவைகள் மூன்று. முதலாவது:—மிருகங்களுக்குப் பிண்ணாக்கு, பருத்திக்கொட்டை முதலியவைகளை நாம் கொடுப்பதுபோல், வெட்டுக்கிளிகளாற் செய்யப்பட்ட இப்புதிய உணவால் அங்குள்ள ஆடுமாடுகள் போஷிக்கப்படுகின்றன. அதனால் அவைகள் அதிகப் பலமுள்ளவைகளாகவுமிருக்கின்றன. இரண்டாவது விதமான உணவு கோழி, வாத்து முதலியவைகளுக்கு இரையாக உபயோகமாகும்படி செய்யப்படுகின்றன. மூன்றாவதாக, மனிதர்களுக்கு நல்ல புஷ்டியையும் பசிதீபனத்தையும் கொடுக்கக்கூடிய 'பிஸ்கத்' (Biscuit) என்ற உணவாகச் செய்யப்படுகின்றன. இதற்கிடப்பட்டிருக்கும் பெயர் 'வெட்டுக்கிளி பிஸ்கத்'. இன்னும் சில இடங்களில், வயல்களுக்கு நல்ல உரத்தைக் கொடுக்கக்கூடிய எருவாகவும் மாற்றப்படுகின்றன.

"மனிதர்கள் இவ்வாகாரத்தை அதிகமாய் விரும்புகிறபடியால் இவ்வேலையானது மும்முறமாகவே நடைபெறுகிறது. ஆகையால் வேலைக்குத் தகுந்த வெட்டுக்கிளிகளும் வேண்டியதாயிருக்கிறது. இதற்காக அவர்கள் செய்திருக்கும் ஏற்பாடென்னவெனில், 50 பவுன் எடையுள்ள (நிறை) வெட்டுக்கிளிகளைச் சேகரித்துக்கொடுப்பவனுக்கு இரண்டு ஷில்லிங் கூலி என்று ஏற்பட்டிருப்பதே! இதனால் பிழைப்பில்லாத ஜனங்களுக்கும் வேலை கிடைத்த மாதிரியாயிற்று. இவைகளால் செய்யப்பட்ட ஷ்டி பிஸ்கத் சாதாரணமாய் விற்கப்படும் பிஸ்கத்துக்கு ஏற்றத் தாழ்ச்சி

யில்லாமலிருப்பதாலும் குறைந்த விலைக்குக் கிடைப்பதாலும் பிஸ்கத் சாப்பிட வழியில்லையேயென்றிருந்த ஏழைகளுக்கும் பிஸ்கத் சாப்பிட அதிர்ஷ்டமுமுண்டானது!''

வெட்டுக்கிளிகளை நாசமாக்கவேண்டுமென்ற யுக்தியைக் கண்டுபிடித்த இம்மேதாவி அவைகள் நிர்மூலமாகும் வழியை மாத்திரமல்ல, அவைகள் அழிக்கப்பட்டபின் இலாபத்தையடையக்கூடிய வழியையுங்கூட கண்டுபிடித்தாரென்றே சொல்லவேண்டும். இவருடைய யுக்தியே யுக்தி!

இம்மாதிரி, நமக்குத் தொந்திரவு, நஷ்டம் முதலியவைகள் ஏற்படும்போது இவைகளை எப்படி நாசமாக்கலாமென நம்மவர்களும் சில சமயங்களில் யோசித்து, அபரிமிதமான செலவுசெய்து அவைகளைத் தொலைக்க ஒருவகையில் யுக்திசெய்கிறார்களென்பதில் தடையில்லைதான். ஆயினும் வெட்டுக்கிளிகளின் விஷயமாய் இம்மேதாவி நடத்தியமாதிரி நமது தேசத்திலும் செய்வார்களானால் நாம் ஒரு நோக்கத்தை முன்னிட்டுச்செய்த செலவின் பலனாகக் காரியம் சித்தியாவதுடன், அச்செலவு நமக்கு ஒரு நஷ்டமாய் இராமல் இலாபத்தைத் தரத்தக்கதாயிருக்கிறதல்லவா!

"ஆதலால் நிர்மூலமாக்கப்படும் பொருட்களை அம்மட்டுடன் விட்டுவிடாமல், அவைகளால் ஏதாவது ஓர் ஊதியத்தையடையக் கூடுமா என்னும் மார்க்கத்தையும் யோசித்தால் எவ்வளவோ நன்மையாயிருக்கும்'' என்பதாக சமாச்சாரப் பத்திரிகையில் ஒருவர் வரைந்த இவ்விஷயத்தை நாமும் யோசிப்போமாக!''

"புத்திமான் பலவான்.''

P. Arokiam, Teacher,
Railway, A. V. Myitnge,
Burma.

இலக்கணம் தேர்தல்.

இலக்கணம் என்பது இலக்ஷணமெனப் பொருள்படும். இலக்கணமென்பதில், "க்ஷ''விற்குப் பதில் "க்க'' என்னும் எழுத்தை உபயோகிக்கலாம் என்ற விதிப்படி எழுதப்பட்டிருக்கிறது. இது அழகு எனவும் பொருள்படும். அதாவது, தமிழ்ப் பாஷையை அழகாகப் பேசுவதாம். இதனால், தமிழ்ப் பாஷையைத் திருத்தமாய்ப் பேசுவதும், எழுதுவதும், வாசிப்பதுமே

இலக்கணமென புலனாகிறது. (இலக்கணத்தோடு பேசுகிறான் (அல்) எழுதினான், வாசிக்கிறான் என்பர்). பாஷையை அழகாகப் பேசுவது அவசியமன்றோ? அதற்கு இலக்கணம் தேர்தல் இன்றியமையாததாகும்.

இதையறிந்த ஆசிரியர்கள்கூட இதைக் கைவிட்டுநிற்பதேதற்கோ, அறிகிலோம்? பலர் இவற்றை முழுதும் நழுக விட்டுவிடாமல், வருஷத்தின் கடைசி நாளாகிய சில தினங்களில் (Short term)-ல் போதிக்கலாம் என்ற விதியை அநுசரித்துவருகின்றனர். இன்னும் பலர், மாதங்களில் சில தினங்களில் போதிப்பதாயும் (அ) வாரத்தில் 1 நாள் (அ) 2 நாள் போதிப்பதாயும் அநுசரித்து வருகின்றனர். நிற்க, பலர் ஒழுங்கே இன்றி நினைத்தபோது போதிப்பதென்பதையும், மற்றுஞ் சிலர் புத்தகம் வாங்கி படிக்கச் சொல்லுவதையும் (அ) புத்தகத்தை முழுதும் ஒரு எழுத்தும் விடாமல் குறிப்பு (Notes) எழுதிக்கொள்ளச் செய்வதையும் முறையாகக் கொள்கின்றனர். ஏனையோர் தினேதினே பாடத்தினிறுதியில் போதித்துவருகின்றனர். இவற்றுள் யாம் ஈற்றில் கூறியவற்றையே சரியென ஒப்புக்கொள்கிறோம். எனினும், நாம் கூறுவதொன்றுண்டு; அதாவது :—

"இலக்கணம் என்பது ஒரு தனிப்பாடமல்ல." பாஷையைச் சுத்தமாக உபயோகிப்பதே இலக்கணமென இன்னொருமுறையும் அழுத்திக் கூறுகிறோம். அது பாலோடு கூடிய நீர்போல் தமிழோடு சேர்ந்தே இருக்கவேண்டுமென்பது எமது துணிவு. இதற்கிணங்க ஒவ்வொரு ஆசிரியரும் தம் மாணவர்களுக்குத் தமிழ்ப் பாடம் போதிக்கும்போது திருத்தமாக வாசிக்கச் செய்தலும் நிலவும் பெயர்ச்சொற்களை எடுக்கச் செய்தலும் வேண்டும்.

(உம்). பட்சிகளின் பாதங்களும் பலவகையாக மாறுபட்டிருக்கின்றன என்ற வாக்கியத்தில் பெயர்ச்சொல் எது என்று, கேட்டு வரவழைத்தல் முறை. இம்மாதிரியே உபாத்தியாயர் ஒவ்வொரு குறிப்பையும் போதிக்கவேண்டிய முறைகளைத் தகுந்த உதாரணங்களில் அடுத்த சஞ்சிகைகளில் எமது சிற்றறிவிற்கெட்டியவரை ஆராய்ச்சியால் அறிவிப்போம்.

இங்ஙனம்,

R. S. அமலோற்பவதாஸ்,

உபாத்தியாயர்,

தேவாமங்கலம்.

ஆரம்பப் பாடசாலையில் தேகப்பயிற்சி என்ற உபந்நியாசத்தின் சுருக்கம்.

பொது அபிப்பிராயங்கள் :—இவ்வுலகினில் நாம் மானிடராகப் பிறந்து இன்புற்று வாழ்தல் ஓர் அருமையான காரியம். இவ்வாறு மானிட ஜென்மமெடுத்த நாம், அம்மானிட ஜென்மத்திற்குரிய கடமைகளைத் தீரச் செய்யவும், இவ்வுலகில் கடவுள் படைத்திருக்கும் சிறந்த பொருள்களைக் கிரமமாக உபயோகித்து அனுபவிக்கவும், பிறருக்குச் சுமையாய் இராமல் சகாயமாயிருக்கவும் வேண்டுமானால், நாம் அனைவரும் கூடுமான வரையில் சௌக்கியமாக இருக்கவேண்டும். இவ்வாறு சௌக்கியமாக வாழ்ந்திருக்கவேண்டுமென்பதை யாவரும் அறிவர்.

நாம் மேலே சொன்ன பிரகாரம் சரீர ஆரோக்கியத்துடன் இருப்பதற்கு ஓர் அத்தியாவசியமான முயற்சி செய்யவேண்டியதிருக்கிறது. அம்முயற்சியே தேகப்பயிற்சி எனப்படும்.

நமது சரீரமோ பல உறுப்புகளைக்கொண்ட மிக நுட்பமான யந்திரம் போன்றது. எவ்வாறு தொழிலற்றுக் கிடக்கும் இயந்திரம் பழுதுபடுகிறதோ அதுபோல பயிற்சியற்ற உடம்பும் பாழாய்ப் போய்விடும். பயிற்சி செய்வதால் தேகத்திலுள்ள துர்நீரானது வியர்வை ரூபமாகத் தோலிலுள்ள எண்ணிறந்த துவாரங்களின் வழியாய் வெளிப்படுகின்றது. அன்றியும் பயிற்சி செய்வதால்மட்டுமே இரத்த ஓட்டம், பசி, ஜீரணம், நாடி நரம்புகளின் முதிர்ச்சி, மார்பு விசாலிப்பு, கறுப்பு இரத்தம் சிவப்பாக மாறுதல் முதலியனவும், ஞாபக சக்தி, சிந்தனை சக்தி, அறிவு, தற்காப்பு, தன் நம்பிக்கை முதலியனவும் பெறலாம். இவ்வாறு சுகத்தைத் தரக்கூடிய இப்பயிற்சியை நாம் எங்கே, எப்போது கற்கவேண்டும் என்று சிலர் கேட்கலாம். இப்பயிற்சியானது, சிறுபத்திலே பிள்ளைகள் ஆரம்பப் பாடசாலையில் பயிலும் போது நன்றாய்க் கற்பிக்கவேண்டுமென தெற்றென விளங்குகிறது. ஆகையால் ஆரம்ப ஆசிரியர்கள் சிறுவர்களுக்காகத் தேகப்பயிற்சிகளை நன்கு ஆராய்ந்து அறிந்திருக்கவேண்டியது அத்தியாவசியமான காரியமாகும்.

ஆரம்பப் பாடசாலைகளில் தேகப்பயிற்சி அவசியமா?— அத்தியாவசியம் எனச் சொல்லவும் வேண்டுமா? ஐந்தில் வளையாதது ஐம்பதில் வளையுமா? என்னும் பழமொழிப்பிரகாரம் சிறுபத்தில் பயிற்சிக்காதவைகளை எப்போது கற்றுக்கொள்ளப்போகிறார்கள்? பிஞ்சு முற்றிப் பழமாவதுபோல, ஆரம்பப் பள்ளிக்கூடத்

182283

தில் பழகும் பயிற்சி ஆயுசுவரையில் உதவும் என்பது திண்ணம். ஆதலால் ஆரம்பப் பள்ளிக்கூடங்களில் தேகப்பயிற்சிகள் இருக்க வேண்டும்.

ஆரம்பப் பாடசாலைகளில் தேகப்பயிற்சிகள் :—பிள்ளைகள் எவ்வளவுக்குச் சிறுவர்களோ, அவ்வளவுக்கு தேகமுயற்சி அதிகமாய் இருக்கவேண்டும். அதிகத் தேகப்பயிற்சி அவர்களுடைய சுகத்திற்கும் தேக வளர்ச்சிக்கும் அவசியமானது. தேகப்பயிற்சியானது பிள்ளைகளுக்குச் சந்தோஷத்தையும், உற்சாகத்தையும் கொடுக்கக்கூடியவைகளாய் இருக்கவேண்டும். பிள்ளைகளின் மார்பு, முதுகு, கைகால்கள், புஜங்கள் நன்ருய் அசையச்செய்யத் தக்கவையாய் இருக்கவேண்டும். அவ்வாறு பிள்ளைகளுக்குரிய அப்பியாசங்கள் : 1. கிளித்தட்டு, 2. கால் பந்து, 3. டிரிலில் பலவித அப்பியாசங்கள். 4. கிட்டிப் பந்து, நீந்துதல், சிலம்பம், தோட்ட வேலை முதலியன.

சிறுபிள்ளைகளுடைய எலும்பானது வளையக்கூடியனவாய் இருப்பதாலும் ஒடிந்தாலுமே உடனே சௌக்கியமாகக்கூடியதாயும் இருப்பதால், அவர்களை சிறுபத்திலே தேகப்பயிற்சிகள் செய்யப் பழக்கவேண்டும். முக்கியமாக அவர்களது முதுகெலும்பானது சரியான நிலைமையில் இருப்பதற்கேற்ற வழிகளைத் தேடிக்கொள்ளவேண்டும். அவர்கள் உட்கார்ந்துகொண்டிருக்கும்போது அவர்களை நிமிர்ந்து உட்காரச்செய்து அவர்களின் எலும்பின் திடகாத்திரத்தைக் கவனிக்கவேண்டும்.

கவனிப்பு :—தேகப்பயிற்சியானது காற்ருேட்டமான வெளிகளில் செய்யப்படவேண்டுமேயொழிய, காற்ருேட்டமில்லாத இடங்களிலும், குப்பைக்கிடங்குகள் பக்கத்திலும், சாக்கடைகளின் ஓரத்திலும், அதிக தூசி உண்டாகக்கூடிய இடங்களிலும் செய்யக்கூடாது. இராக்காலத்தைவிடப் பகற் காலத்தில் பயிற்சிசெய்வதே தேகத்திற்கு நன்மை. ஏனெனில் இரவில் பனி, காற்று முதலியவற்ருல் எவ்வளவோ கெடுதி விளையும்; வயிறு நிரம்பப் புசித்தபின் கடும் பயிற்சி செய்யவே கூடாது, அளவிற்கு மிஞ்சின பயிற்சியும் கூடாது. ஏனெனில் சிறுவர்களின் சரீரம் மெல்லியதாய் இருப்பதால் அவர்களுக்குக் கெடுதிகள் உண்டாகும். தேகப்பயிற்சியை ஒருநாள் செய்து பலநாள் விட்டுவிடாமல் ஒழுங்காகச் செய்துகொண்டு வரவேண்டும்.

தேகப்பயிற்சி எவ்வாறு தேகத்திற்கு நன்மையாகும்? சிறுவர்களின் சரீரம் வளர்ச்சியையுடையது. ஆதலால் அவர்கள்

தேகப்பயிற்சி செய்யும்போது அவர்களுடைய உடம்பு, கைகால் முதலிய உறுப்புகள் அசைகின்றன. அவை அசையும்போது, தேகத்திலுள்ள மாமிசம் தனக்குள்ளிருக்கும் உதிர நரம்புகளை அழுத்துகின்றது. பீச்சாங்குழலை அழுத்தினால் தண்ணீர் பீறிடுவதுபோல, உதிர நரம்பை அழுத்தினால் இரத்தம் வேகமாய் ஓடி உடம்பு முழுதும் பரவும். உதிரம் பரவவே சரீரத்திலுள்ள இருதயம் சுவாஸாசயம் இரைப்பை குடல் முதலிய உடலின் உள்ளுறுப்புகள் ஒவ்வொன்றும் வேகமாய் அசைந்து, தன் தன் வேலையைச் செய்கின்றது. எங்ஙனமெனில், இருதயம் விரைவாய் அடித்துக்கொள்ள ஆரம்பிக்கிறது. சுவாஸாசயம் பிராணவாயுவை அதிகமாக உட்கொண்டு, கெட்ட இரத்தத்தைச் சுத்திசெய்கிறது. நல்ல இரத்தமோ, வேகமாய் ஓடி கெட்டுப்போயிருக்கும் தாதுக்களைச் சுத்திசெய்து தான் செல்லுமிடமெல்லாம் ஊட்டம் கொடுத்துக்கொண்டே போகிறது. உதிரம் விரைவாய் ஓடுவதால் ஒவ்வொரு உறுப்பும், உறுதியும் உற்சாகமுமுறுகின்றது. இரைப்பை உணவை ஜீரணமாக்குகின்றது. குடல் அன்னப்பாகினின்றும் அன்னசாரத்தை வேருகப் பிரிக்கின்றது. நன்ருய் வியர்வை உண்டாகிறது. இவ்வாறு முன் உட்கொண்ட உணவு சீக்கிரத்தில் நன்ருய் செரித்துப்போவதால் பசி தீபனமும் நன்ருய் உண்டாகிறது. இவ்வாறு செய்வதால், சரீரமானது நாளுக்கு நாள் வளர்ந்துகொண்டேவரும்.

இன்னும் தேகப்பயிற்சியினால் சரீரத்தின் ஒவ்வொரு பாகமும் வலிமை அடைகின்றது. அதிலும், எந்தப் பாகம் அதிகமாய் பயிற்சி செய்யப்படுகிறதோ, அதற்கே அதிக பலம். இதனைப் பின்வரும் விஷயங்களால் அறியலாம். கொல்லனுடைய கைகள் விடாமல் வேலைசெய்வதால், எவ்வளவு உறுதியாய் பருத்து இருக்கின்றன! தையற்காரனுடைய கால்கள் அதிகமாய் உபயோகப் படுத்தாமல் மடங்கி நாள்முழுதும் கிடப்பதால், எவ்வளவு மெலிந்து பலவீனப்பட்டிருக்கின்றன! ஆனால் எல்லா உறுப்புகளையும் ஒரே சமமாக உபயோகித்து டிரில் செய்கின்ற சிப்பாய்கள், கப்பலாட்கள் முதலியவர்கள் எவ்வளவோ புஷ்டியாயும் திடமாயும் வளர்ந்திருக்கின்றனர்! ஆதலால் சரீரத்தின் ஒவ்வொரு பாகமும் நன்ருகப் பிரயாசப்படும்படி செய்யும் பயிற்சியே தேகத்திற்கு மிகவும் ஆரோக்கியத்தைத் தரும் பயிற்சிகளாகும். ஆகையால் ஆரம்ப ஆசிரியர்கள் தங்களின் ஆரம்பப் பாடசாலைகளில் மேலே சொன்னபிரகாரம் பிள்ளைகளைக்கொண்டு வருவதற்கு அவர்களை சிறுபத்திலே அவைகளை அப்பியசிக்கச்செய்து,

தொட்டிற் பழக்கம் கல்லறைமட்டும் என்பதை இத்தேகப் பயிற்சியில் திருப்பிட முயன்ருல், அம்முயற்சி வீணுகாது.

தேகப்பயிற்சியின் பிரயோஜனம் :—

(1) இரத்தம் வேகமாய் ஓடி தேகமெங்கும் வியாபிக்கிறது.

(2) சுவாஸாசயம் அதிக ஆகாயத்தை உட்கொள்வதினல் இரத்தம் அதிகமாய் சுத்திகரிக்கப்பட்டு தேகத்திற்கு சுகத்தையும் பலத்தையும் கொடுக்கின்றது.

(3) கரியமிலவாயு முதலிய விஷக்கழிவுகள் தேகத்தை விட்டுச் சரியாய்க் கழிந்துபோகின்றன.

(4) தேகத்திலுள்ள தசைகள் நன்ருய் வளர்ந்து பலமும் உறுதியும் உள்ளவைகளாய் ஆகின்றன.

(5) புத்திக்கு ஆதாரமான மூளேயானது பலத்தையும் சுகத்தையும் பெற்று கடினமான மனேமுயற்சிகளேச் செய்யச் சக்தியுள்ளதாகின்றது. மனே உற்சாகமும் புத்திக்கூர்மையும் உண்டாகின்றன.

(6) சாப்பிடும் போஜனம் சரியாய் ஜீரணமாகி அதிலுள்ள சத்துக்கள் தேகத்தில் சேர்கின்றன. நல்ல பசி உண்டாகும்.

(7) தேகம் ஸ்தூலித்து அவலக்ஷணமாய்த் தோன்ருமல் உறுதியும் இலட்சணமும் உடையதாய் இருக்கும்.

(8) அஜீரணம், க்ஷயம் முதலிய வியாதிகள் சிறிதளவும் நெருங்காது.

(9) சிறுவர்களின் தேக வளர்ச்சியானது நாளொருமேனியும் பொழுதொரு வண்ணமுமாக வளரும்.

(10) சிறுவர்களுக்கு அவர்களின் உள் அங்கங்கள் பலப்பட்டு உறுதியாகின்றன.

(11) சிரங்கு முதலிய தோல் சம்பந்தமான வியாதிகள் வராது.

(12) புன்சிரிப்பு என்னும் பூவானது சிறப்புற்று வளரும்.

மேலே சொன்ன பிரயோசனங்களேச் சிறுவர்கள் அடைய வேண்டுமானல் ஆரம்ப ஆசிரியர்கள் அதிக சிரத்தை எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். இக்காலத்தில் நமது காருண்ணிய கவர்ன்மெண்டார், தேகப்பயிற்சி அத்தியாவசியம் என்பதை ஜனங்கள் நன்கு அறியுமாறு, ஆங்காங்கு பற்பல முயற்சிகளேச் செய்து வருகின்றனர்.

இன்றியமையாத இத்தேகப்பயிற்சியானது இளமை கடந்து விட்டால் எளிதிற் செய்யமுடியாது. ஆதலால் சிறுவர்களை முன்னுக்குக் கொண்டுவர ஒவ்வொரு ஆரம்ப ஆசிரியரும் தக்க காலத்தில் செய்யத்தொடங்கி தமக்கும் தம் தாய்நாட்டிற்கும் புகழைத் தேடுவாராக.

A. Maria Bilavendram,
Higher Grade, Senior.

பறவைகளின் அலகுகள் பலவிதப்படும்.

1. **மாமிச பக்ஷிணிகள்:**—இவைகளின் அலகுகள் வலுவாயும் அடி உரமாகவும் நுனி வளைந்தும் காணப்படும். இவ்வகைப் பக்ஷிகள் பருத்த அலகுகளையும் வெகு குரூரமான கண்களையும் பயங்கரமான முகத்தையும் உடையனவாயிருக்கின்றன. இப்பறவைகள் தங்களுக்கு ஆகாரமான சிறு பிராணிகள் உயரப் பறக்கும் போதாவது அல்லது பூமியில் நடமாடும்போதாவது பார்த்தால் அவைகளை வேகமாய்ப்பிடித்து தங்கள் கூரிய வளைந்த அலகுகளால் கொன்று சதையைக் கிழித்துத் தின்னும்.

கருடன், பருந்து, கழுகு, பெருங்கழுகு, இராஜாளி, ஆந்தை இவ்வகுப்பைச் சேர்ந்தவை. இவற்றுள் கருடன், பருந்து இவைகள் விசேஷமாய் உயிருள்ள பிராணிகளையே கொன்று தின்னும். கழுகுக்கு மோப்ப சக்தி அதிகமாதலால் பிணவாடை தெரிந்தவுடன் அங்கு வந்து பிணத்தைத் தின்னும். இதற்கு நாற்றமெடுத்த பிணங்களின்மேல் பிரீதி அதிகம். பெருங்கழுகோவெனில் ஆட்டுக்குட்டி, பன்றிக்குட்டி, சிறு குழந்தைகள் இவைகளைக்கூடத் தூக்கிச்சென்று தன் அலகுகளால் கிழித்துத் தின்னும். இதைச் சிலர் ஆகாயத்தில் வசிக்கும் சிங்கம் என்று சொல்லுவார்கள். ஆந்தையானது பகலில் மரப்பொந்துகளில் தூங்கிக்கொண்டிருந்து இரவில் வெளியில் சஞ்சரித்து, தவளை சுண்டெலி முதலிய பிராணிகளைப் பிடித்துத் தின்று ஜீவிக்கும். இதற்கும் அலகு நுனியில் சிறிது வளைந்திருக்கிறது.

2. **மீன்கோத்திப் பறவைகள்:**—இவற்றின் அலகுகள் நீண்டு, மெலிந்து தண்ணீரில் யாதொரு தடையுமின்றி அலகு புகுவதற்காக நுனியில் கூர்மையாயிருக்கும். இவை தண்ணீருக்குமேல் ஒரே இடத்தில் இருந்து தன் இறக்கைகளை அடித்துக்கொண்டு

கீழ்நோக்கிய வண்ணமாக இருந்து மீன் நீர்மட்டத்திற்கு வரவும் தண்ணீரில் 'பொத்' என்று விழுந்து அந்த மீனை தன் அலகுகளால் கௌவி வெளிவந்து தின்னும். மீன்கொத்தி, கொக்கு, நாரை இவ்வகுப்பைச் சேர்ந்தவை. இவை இன்னும் தவளை, மற்ற சிறிய நீர்ப்பிராணிகள் இவைகளைப் பிடித்துத் தின்னும்.

3. **மரங்கோத்திப் பறவைகள் :**—இவற்றின் அலகுகள் நீண்டும், கூர்மையாயும், நேராகவும், மண்டையும் அலகும் மிக்க வலுவுள்ளதாகவும் காணப்படும். இவைகள் மரங்களின் பட்டைகளுக்குள்ளிருக்கும் புழு, பூச்சிகளைத் தின்னும். இவை மரத்தைத் தன் அலகால் பலமாய்க் கொத்தும்போது, ஒரு வாலிபன் மரத்திலிருந்து அரிவாளினால் வெட்டும்போது எவ்வளவு சப்தம் கேட்குமோ, அவ்வளவு சப்தம் கேட்கும். இதன் அலகால் புழு, பூச்சிகள் ஊர்ந்துசெல்லும்பொழுது பிடிக்கமுடியாது. ஆனால் இதன் நாக்கு நீண்டு நுனியில் முட்களும் பசையும் இருப்பதால் தன் ஆகாரத்தின்மேல் நாக்கை வீசினவுடன் அவைகள் சிக்கிக் கொள்ளும். உடனே தன் வாய்க்குள் இழுத்துக்கொள்ளும். இவை ஆகாரம் இருக்கும் இடத்தைப் பார்ப்பதற்காக தன் அலகால் கொத்திக் கொத்திப் பார்க்கும். எந்த இடத்தில் பொத் பொத் என்று சப்திக்கின்றதோ அந்த இடத்தில் ஆகாரம் இருப்பதாகத் தெரிந்துகொள்ளும்.

4. **தட்டையான அலகுள்ள பறவைகள் :**—இவைகளின் அலகுகள் மற்ற பக்ஷிகளின் அலகுகளைப்போல் அல்ல. இவ்வலகுகளைக் கைகளால் வளைக்கலாம். இது மாமிசங்களை கிழித்துத் தின்ன முடியாது. இவற்றின் அலகுகள் நீண்டு, நுனி அகன்று தட்டையாயுமிருக்கும். மேலலகிலும் கீழலகிலும் சீப்புப் பற்களைப்போல் வரிசையாய் ஓரத்தில் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இவற்றின் நாக்கின் இரு ஓரங்களிலும் சிறு முட்கள் தென்படும். இவை தன் ஆகாரத்தைத் தேடுவதற்காக சேற்றுக்குள் தன் அலகை உள் அமுக்கி அங்கேயிருக்கும் தவளை, நீர் நத்தை, சிறு புழு, பூச்சிகளை பிடித்துத் தின்னும். இப்படிப் பிடிக்கும்பொழுது சேறும் வாயில் வரும்; தன் அலகை ஆட்டினவுடன் பக்கங்களிலுள்ள துவாரங்களின் வழியாய் வெளிப்போய்விடும். இவ்வினத்தைச் சேர்ந்தவை தாரா வாத்து, குள்ளவாத்து, பெரு வாத்து, அன்னப்பறவை முதலியன.

M. Ignatius,
Sathangudy.

நாம் பேசுகையில் அனுஷ்டிக்கத்தக்க விதிகள்.

1. கூட்டத்தில் பலருடன் கூடிப்பேசுகையில் வேடிக்கை வார்த்தைகளை உபயோகிப்பது அழகல்ல.

2. பலபேர் கூடியுள்ள சங்கத்தில் சிலபேருக்கு மாத்திரம் தெரியப்படுத்தக்கூடிய விஷயத்தைப்பற்றிப் பேசுவது நாகரீகமல்ல.

3. ஏதாவது சொல்லவேண்டுமாயிருந்தால் சுருக்கமாகவும் தெளிவாகவும் சொல்லவேண்டும். வழவழவென்று நீட்டிப் பேசாதே.

4. மற்றவர்களுக்குப் பேச இடங்கொடாமல் நீயே பேசிக்கொண்டு போகாதே.

5. குடுமியுள்ளவர்களில் பெரியவர்களே முதலில் பேசுவதற்குச் சுதந்தரமுள்ளவர்கள் என்பதை மறந்துபோகாதே.

6. பிறர் சொல்வதைப் பிரியத்துடனுங் கவனத்துடனுங் கேள்.

7. பேசுவதற்கு அவசியமும், காரணமும் ஏற்பட்டாலன்றிப் பேச முன்வராதே.

8. ஒருவர் பேசும்போது குறுக்கே பேசக்கூடாது.

9. பலபேர் இருக்கையில் ஒருவரோடு அந்தரங்கமாய்ப் பேசுதல் புத்தியீனமான செயல்.

10. பலபேருடனிருக்கையில் ஈரார்த்தமான வார்த்தைகளும் மரியாதையற்ற வார்த்தைகளும் உபயோகித்தல் கூடாது.

11. பேசும்போது அதிக சத்தமிட்டும் அல்லது குரலை மிகத் தாழ்த்தியும் பேசாமல், உன் பேச்சைக் கேட்க வந்திருக்கிறவர்கள் எல்லோரும் செவ்வனே கேட்கத்தக்க தொனியுடன் பேசு.

12. உன் குரல் இயற்கையிலேயே கீச்சுக்குரலாயும் ஈனசுரமாயுமிருக்குமானால் பெருங்கூட்டங்களில் பேசப் பிரியப்படாதே.

13. அதிக ஆத்திரத்துடனும் ஆவேசத்துடனும் பேச எழாதே. அவ்வாத்திரத்தையும் ஆவேசத்தையும் விவேகத்தால் அடக்கி அமர்த்தியபின்னர் பேசத்தொடங்குவதே சீரியமுறை.

14. எல்லா விஷயங்களையும் தீர யோசித்து சாவதானமாயும் அடக்கமாயும் பேசுபவரே பெரியோராவர். (சு. நேசன்.)

S. Ignacimuthu Pillai,
R. C. School, Mukkudal.

சுகாதார விதிகள்.

I. காற்று.

1. நாம் ஆரோக்கியமாய் இருப்பதற்கு உணவு எவ்வளவு அவசியமோ அவ்வளவு அவசியமானது நல்ல காற்று.

2. கூடியமட்டும் திறந்த வெளிகளில் காலங்கழிக்கவேண்டும்.

3. வெளிச்சமும் காற்றும் வருவதற்கு எப்பொழுதும் ஜன்னல்களைத் திறந்துவை. காற்றோட்டமில்லாத இடங்களில் வசிப்பவர்களுக்கு க்ஷயம் முதலிய வியாதிகள் வரும்.

4. தாழ்வாரத்திலாவது வெளியிலாவது படுத்துறங்குவது நல்லது. முகத்தை மூடிக்கொண்டு தூங்காதே. மழைகாலத்தில் அறையில் தூங்கும்பொழுது ஜன்னல்களை நன்றாய்த் திறந்துவை.

5. மூக்கினாலேயே மூச்சுவிடவேண்டும். வாயால் மூச்சுவிட்டால் சளியும் இருமலும் உண்டாகும், தொண்டையில் சதை வளரும்.

II. ஜலம்.

1. வருஷந்தோறும் இந்நாட்டில் ஆயிரத்துக்கு அதிகமான பேர் அசுத்த ஜலத்தைக் குடித்து, காலரா, பேதி முதலான வியாதிகளால் இறந்துபோகிறார்கள். இந்த மரணங்களைப் பெரும்பாலும் தடுக்கமுடியும்.

2. ஸ்நானஞ்செய்து துணிகள் துவைத்து ஆடுமாடுகளைக் குளிப்பாட்டி கரைகளில் வெளிக்குப்போய், மற்ற இம்மாதிரி அசுத்தம் செய்யப்பட்ட நதி, குளங்களின் ஜலத்தைக் குடிப்பது இவ்வியாதிகளுக்கு ஓர் முக்கிய காரணம். நாம் குடிப்பதற்கு உபயோகப்படுத்தும் நதி, குளங்களை மேற்கண்டபடி அசுத்தம் செய்யக்கூடாது.

3. நன்றாய்க் கட்டப்படாத கிணறுகளின் ஜலத்தை உபயோகித்தால் வியாதி உண்டாகும். சுற்றியிருக்கும் அழுக்கு ஜலம் கிணற்று ஜலத்தில் கலந்து அதை அசுத்தமாக்கும்.

4. எல்லாவற்றிலும் மேலானது குழாய் ஜலம். கைப்பிடிச் சுவர், மேடை, சுற்றுச்சாக்கடையுடன் நன்றாய்க் கட்டப்பட்ட கிணற்றின் ஜலமும் நல்லது. கிணற்றுக்கு ராட்டினம் அவசியம். குழாய் வைத்திருந்தால் இன்னும் விசேஷம். குளம், நதி இன்னும் மற்ற ஜலத்தை உபயோகிப்பதாயிருந்தால் அதை நன்றாய்க் கொதிக்கவைத்துக் குடிக்கவேண்டும். கொதிக்கவைத்தால் ஜலத்தில் உள்ள கிருமிகள் செத்துப்போகின்றன.

5. நாம் உபயோகிக்கும் தண்ணீரை சுத்தமான பாத்திரங்களில் தூசிபடியாமல் மூடிவைத்திருக்கவேண்டும்.

6. மேற்சொன்ன விதிகளின்படி நடந்தால் அசுத்த ஜலத்தினுல் உண்டாகும் காலரா, சீதபேதி முதலான வியாதிகள் வராமல் தடுக்கலாம்.

III. ஆகாரம்.

1. தேக சௌக்கியத்திற்கு போஷணையுள்ள சுத்தமான ஆகாரம் அவசியம். மாம்ச சாப்பாட்டிலும் ஆரோக்கியமாய் இருக்கலாம். மாம்சமில்லாத சாப்பாட்டிலும் ஆரோக்கியமாய் இருக்கக்கூடும்.

2. மாம்சம் சாப்பிடாதவர்கள் தினம் பால், தயிர் உபயோகிக்கவேண்டும். வெண்ணெய் அல்லது நெய்யும் அவசியம். இவை எண்ணெயைவிட நல்லது. குத்தின அரிசியும் புழுங்கலரிசியும் மெஷின் அரிசியைவிட ஆரோக்கியமானது. மெஷின் அரிசியை எப்போதும் உபயோகித்தால் பெரிபெரி என்ற வியாதி உண்டாகும்.

3. எவ்வளவுக்கெவ்வளவு காய்கறி, பழம் சாப்பிடுகிறேமோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு நலம்.

4. நன்ருய் வேகாத பதார்த்தங்களைச் சாப்பிடாதே. அதிக காரமான சாப்பாடு உடம்புக்குக் கெடுதி. ஈ மொய்க்காமல் ஆகாரத்தை மூடிவை. ஊசிப்போன பதார்த்தங்களைச் சாப்பிடாதே.

5. வேளாவேளையில் சாப்பிடு. சாப்பிடுவதற்குமுன் வாயைக் கொப்பளித்து கைகளை நன்ருய்க் கழுவு. நன்ருய் மென்று சாப்பிடு. சாப்பிட்டபிறகு வாயை நன்ருய்க் கொப்பளித்து பற்களைச் சுத்திசெய். மிதமாய்ச் சாப்பிடு. அளவுக்கு மிஞ்சினுல் அமிர்தமும் விஷம்.

IV. இருப்பிடம்.

1. வீட்டையும், வீட்டைச்சுற்றியும் எப்போதும் சுத்தமாய் வைத்துக்கொள். குப்பை கூளங்களைச் சேரவிடாதே. ஈக்கள் அதில் உண்டாகி வியாதிகளை பரவச்செய்கின்றன.

2. வீட்டில் வெளிச்சமும் காற்றும் அவசியம். ஜன்னல்களை எப்போதும் திறந்துவை. வெளிச்சமில்லாத வீடு வியாதி வீடு. ஈ மொய்த்த ஆகாரம் விஷத்திற்குச் சமானம்.

3. கக்கூசு, மாட்டுக்கொட்டம், லாயம் முதலானவைகள் நாற்றத்தை உண்டாக்குவதால் வீட்டிலிருந்து எவ்வளவு தூரத்

தில் இருக்கிறதோ அவ்வளவு நலம். அவ்விடங்களில் ஈக்கள் பெருகி உண்டாவதால் குப்பை, மலம் குவியவிடாதே.

4. எலிகள் துணி, உணவு பதார்த்தங்களை நாசம் செய்கிறதோடு பிளேக் வியாதியையும் உண்டாக்குகிறது. தினம் கூண்டுகள் வைத்து எலிகளைக் குறைக்க வழிதேடு; எலி வராமல் தானியங்களையும், தின்பண்டங்களையும் நன்ருய் மூடிவை. எலி வளைகளை அடை.

5. வீட்டிற்கருகில் சட்டி தொட்டிகளிலும் பள்ளங்களிலும் ஜலம் தேங்கவிடாதே. அதில் கொசுக்கள் உண்டாகி முறை ஜுரத்தையும், யானைக்கால் முதலான வியாதிகளையும் உண்டு பண்ணுகிறது.

V. சரீரம்.

1. அதிகாலையில் எழுந்திரு. பல்லை இரவில் நன்ருய்த் தேய்த்து வாயைச் சுத்திசெய். பல்லில் இருக்கும் அழுக்கை யெடுப்பதற்கு ப்ரஷ் அல்லது பல்லுக்குச்சி அவசியம். ஆலும் வேலும் பல்லுக்குறுதி. ஊத்தைப்பல்லும் நாற்றவாயும் அநேக வியாதிகளுக்குக் காரணம்.

2. தினந்தோறும் மலம் கழித்தல் அவசியம். ஆறு குளக் கரைகளிலும் தெப்பங்களிலும் ஜனங்கள் நடமாடும் இடங்களிலும் மலம் கழித்தல் மிகவும் கெடுதி.

3. தவருமல் தினம் ஸ்நானம் செய்யவேண்டும். சீயக்காய் அல்லது சோப்பினுல் அழுக்குப்போகத் தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும் தேகத்தில் அழுக்கடைந்தால் சொரி சிரங்கு வரும்.

4. சுத்தமான வஸ்திரத்தையே உடுக்கவேண்டும். துணி மணிகளையும் படுக்கையையும் அடிக்கடி வெயிலில் உலர்த்தினுல் மூட்டை முதலான பூச்சிகள் அவற்றில் அணுகாது.

5. தக்க நேரங்களில் தகுந்த ஆகாரத்தைத் தவருமல் புசிக்கவேண்டும். சாப்பிட்டவுடன் வாயைக் கொப்பளித்து, பல்லைச் சுத்தம்செய். பிரதிதினமும் கொஞ்சநேரமாவது தேகப் பயிற்சி செய்தல் அவசியம். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு திறந்த வெளிகளில் காலங்கழிக்கிருேமோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு நலம்.

6. சுருட்டு, சாராயம் முதலான லாகிரி வஸ்துக்களை உபயோகிக்காதே. நல்லொழுக்கமும் நன்னடத்தையுமே சுகாதார வழி.

மேற்கூறியபடி நடந்தால் அநேக வியாதிகளைத் தடுக்கலாம்.

S. Ignacimuthu Pillai,
R. C. School, Mukkudal.

குழந்தை வாசகம்.

1. கடவுள் என்னைப் பார்க்கிறார்.

சர்வேசுரன் எல்லாவற்றையும் அறிகிறார். வீட்டிலும், வீதியிலும், இங்கும், எங்கும் நடக்கிற காரியங்களை எல்லாம் அவர் அறிகிறார். நீ பேசும் ஒவ்வொரு வார்த்தைகளையும், உன் மனதில் வரும் ஒவ்வொரு எண்ணங்களையும் அவர் அறிகிறார். ஆகையால் நீ எச்சரிக்கையாயிரு. சாப்பிடும்பொழுதும், குடிக்கும்பொழுதும், படிக்கும்பொழுதும், வேறு எந்த வேலைகளைச் செய்யும் பொழுதும் சர்வேசுரனைச் சந்தோஷப்படுத்தவே செய்வாயாக.

சர்வேசுரன் எங்கும் இருக்கிறார். நீ செய்யும் ஒவ்வொரு காரியங்களையும் பார்க்கிறார். ஒரு பெரிய மனிதன் முன்னிலையில் பொய்யையும் தீய சொற்களையும் பேசமாட்டாயல்லவோ?

அதுபோல் சர்வேசுரன் உன்னைப் பார்க்கிறார் என்று நினை, கெட்ட காரியங்களைச் செய்யமாட்டாய். கடிகாரத்தில் மணியடிப்பதை நீ கேட்கும்பொழுது, சர்வேசுரன் உன்னைப் பார்க்கிறாரென்றும், ஒருநாள் சகல மனிதரையும் நியாயவிசாரணை செய்வாரென்றும், உனது காவல் சம்மனசு நினைப்பூட்டுவதாக நினைத்துக் கொள்.

ஆ, என் சர்வேசுரா சுவாமி! நான் உம்மை இப்பொழுதும் எப்பொழுதும் சிநேகிக்க எனக்குக் கற்பித்தருளும்!

"தெய்வபயமுள்ளவன் செய்யான் பாவம்."

2. கொழுத்த எலியும், கறுத்த பூனையும்.

ஒரு களஞ்சியத்தில் ஒரு பெருத்த கொழுத்த எலி தன் வளையில் சுகமாக வாழ்ந்துவந்தது. அந்த வீட்டில் தந்திரமுள்ள கறுத்த பூனை ஒன்று இருந்தது. ஒருநாள் எலி தன் வளையில் சிறிது சப்தம்செய்தது. அந்தச் சத்தத்தைக் கேட்டு,

"யார் அங்கே இருக்கிறது?" என்று கேட்டது பூனை.

"நான்மாத்திரம் இருக்கிறேன்" என்று நேர்த்தியாய்ப் பதில்சொன்னது எலி.

"தயவுசெய்து வீட்டுக்குள் வா! நான் உன்னுடன் சில சங்கதிகள் பேசவேண்டும்" என்று சொன்னது பூனை.

"இல்லை, இல்லை; என்னிடம் ஏதாவது சங்கதி சொல்ல வேண்டியிருந்தால், தயவுசெய்து இப்பொழுதே சொல்லிவிடு" என்று சொன்னது எலி.

"ஆனால், உள்ளே வா! நான் உன்னை நேரில் பார்க்கவேண்டும்" என்று சொன்னது பூனை.

"இல்லை, இல்லை; நான் வரமுடியாது" என்று சொன்னது எலி.

"ஏன் நீ வரமுடியாது?" என்று கேட்டது பூனை.

"நான் பயப்படுகிறேன்" என்று சொன்னது எலி.

"ஏன் பயப்படுகிறாய்?" என்று கேட்டது பூனை.

"உன் கூரிய நகங்களும், பற்களும் பயங்கரமானவை; ஆனதால் பயப்படுகிறேன். மேலும் எனக்கு ஒரு வயதாகிறது; எலிகளுக்கும் சுண்டெலிகளுக்கும் நீ ஒரு இயமன் என்று கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன்" என்று சொன்னது எலி.

"பயப்படாதே, நான் உனது உண்மையான சிநேகிதன்" என்று சொன்னது பூனை.

"அது பொய்; நான் பொய்யர்களை நம்புகிறதில்லை; வந்தனம்! போய்வா" என்று சொல்லித் தப்பித்தது எலி.

"நயவஞ்சகரை நம்பலாகாது."

3. கல்லோ கல்.

கல்லோ கல்: என்ன கல்? திண்டுக்கல்.
என்ன திண்டு? நார்த்திண்டு.
என்ன நார்? பனை நார்.
என்ன பனை? கூந்தல் பனை.
என்ன கூந்தல்? பெண்ணின் கூந்தல்.
என்ன பெண்? அழகிய பெண்.
என்ன அழகு? அன்பு அழகு.
என்ன அன்பு? கடவுளின் அன்பு.
என்ன கடவுள்? மெய்க்கடவுள்.
என்ன மெய்? பொய் சொல்லாமை.
என்ன பொய்? மனதறிந்த பொய்.
என்ன மனது? திட மனது.
என்ன திடம்? பாவத்தைத் தள்ளுவதில் திடம்.
என்ன பாவம்? அற்பப்பாவம், சாவான பாவம்.
என்ன சாவு? ஆத்தும சாவு.

என்ன ஆத்துமம்? புண்ணிய ஆத்துமம்.
என்ன புண்ணியம்? சம்மனசுக்குரிய புண்ணியம்.
என்ன சம்மனசு? காவல் சம்மனசு.
என்ன காவல்? நமக்குக் காவல், வீட்டுக்குக் காவல்.
என்ன வீடு? இன்ப வீடு.
என்ன இன்பம்? மோக்ஷ பேரின்பம்.

சூ. ஆரோக்கியசாமி,
போர்டு பெண்பாடசாலை, மானாமதுரை.

சத்தியவேதக் கதைகள்.

4. சர்வேசுரனுடைய நீதி.

i. உலக உயிர் வஸ்துக்களையழித்த ஜலப்பிரளயம்.

காய்மகாரத்தால் ஆபேலைக் காயின் கொன்றபின், ஆபேலுக்குப் பதிலாக நமது ஆதி பிதாமாதாக்களுக்குச் சர்வேசுரன் வேறோர் பிரிய குமாரனைக் கொடுத்தார். அவர் பேர் சேத். இப்புண்ணியவானுடைய சந்ததியார் சர்வேசுரனுடைய பிள்ளைகள் என்று அழைக்கப்பட்டார்கள். காயினுடைய சந்ததியாரோவென்றால், தெய்வத்தை மறந்து துன்மார்க்கராய் நடந்ததினால் தெய்வ விரோதிகளானார்கள். நாளாவட்டத்தில் தேவ பயங் குறைந்துபோனதால் தேவ புத்திரர் முதலாய் பாவாத்துமாக்களாய் நடந்துவந்தார்கள். ஆனால் நோவே என்பவர் மாத்திரம் தேவ பக்தியுடையவராய் நடந்து வந்தார். அதனால் அவருக்கு சுவாமி தரிசனையாகி, "இன்னும் நூறு வருஷங்களுக்குள்ளாக உலகத்திலிருக்கப்பட்ட சகல உயிருள்ள வஸ்துக்களையும் ஜலப் பிரளயத்தால் அழிக்கச் சித்தங்கொண்டோம். ஆதலால் நீ உன் குடும்பத்துடன் தப்பித்துக்கொள்ளும்படியாக ஓர் பேழையைச் செய்துகொள்வாயாக" என்று நோவேயுக்குக் கட்டளையிட்டார். அதன் பரிமாணம்: நீளம் 300 முழமும் அகலம் 50 முழமும் உயரம் 30 முழமுமாம். அதன் மேற்பாகத்தில் ஒரு முழத் துவாரமும், வேறு பக்கத்தில் அதற்கு வாசற்படியும் இருந்தது. பெட்டகத்தைத் தக்கவிதமாய்ச் செய்துமுடிக்க நூறு வருஷம் சென்றது. அப்பெட்டகத்தின் வேலை நடக்கும்போது நோவே துஷ்ட ஜனங்களுக்குப் பிரசங்கித்து வரவிருக்கும்

அழிவைக் குறித்து எச்சரித்துப் பாவத்துக்காக மனஸ்தாபப் பட்டுத் தபசு செய்யப் புத்திசொன்னபோதிலும் ஜனங்கள் அவருடைய புத்திமதிக்குக் காதுகொடுக்காமல் அவரைக் கேலிசெய்து வந்தார்கள்.

கப்பல்போன்ற பேழை செய்து முடிந்ததை கடவுள் தெரிந்து, நோவேயுக்குத் தம்மைக் காண்பித்து சொன்னபடி, நோவே ஜீவராசிகளில் ஒவ்வொரு ஜோடியையும், அவைகளுக்கு வேண்டிய ஆகாரத்தையும் சேகரித்து பேழைக்குள் வைத்தார். பின்பு தாமும் தமது மனைவியும், மூன்று குமாரர்களும் அவர்களுடைய மனைவிகளும் பெட்டகத்துக்குள் நுழைந்து கதவை அடைத்துக்கொண்டார்கள்.

ஏழாம் நாள் பூமியின் பேரூற்றுக்கண்கள் திறக்க, நதிகள், சமுத்திரங்கள் அபாரமாய்ப் பொங்கிப் பூமியின்மீது பாய, வானத்தின் மதகுகள் உடைபட, அகோரமாய் மழை தாரை தாரையாய் வருஷிக்க, துஷ்ட ஜனங்கள் பயந்து மரங்கள்மீது ஏறியும், வெள்ளம் புரண்டு மலைகளுக்குமேல் 15 முழம் பெருகினபடியால், இரக்ஷண்ய பேழையிலிருந்த நோவே முதலானவர்கள் தவிர, அப்பொழுது பூமியில் நடமாடியிருந்த மற்ற மனிதர், இதர ஜீவஜெந்துக்கள் சகலமும் நாசமாயினார்கள்.

> "சாவுக்கும் நோவுக்கும் அரவுக்கும் பயப்படுவதைவிட,
> பாவத்துக்குப் பயந்து நடப்பவனே புத்திசாலி."

> "பைத்தியகாரன் பாவத்தைப் பார்த்து நகைப்பான்.
> நீதிமான்களுக்குள்ளேயோ இஷ்டப்பிரசாதமிருக்கும்."
> (பழ. 14 : 9.)

> "நரக வாசல் விரிவு, பரலோக வாசல் நெருக்கம்."

> "பாவுஞ் செய், ஆனால் பாவமட்டுஞ் செய்யாதே."

> "மனசால் திடப்படுத்திச் செய்த பாவங்களை உத்தம
> மனஸ்தாபத்தால் நீக்கிப் பாவத்தை வெறுத்துத்தள்ளு."

ii. சோதோம் கொமோரு.

பூர்வகாலத்தில் யோர்தான் நதி பாயும் செழிப்பான தேசத்தில் உள்ள சோதோம் கொமோரு முதலிய ஐந்து பட்டணங்களில் வசித்த ஜனங்கள் மோகபாவமாகிய அசுத்த காமப்பாவச் சேற்றில் அமிழ்ந்தி அக்கிரமிகளாய் நடந்து வந்ததினால், ஆண்டவர் அப்பட்டணங்களை அழிக்கப்போவதாக அபிரகாமுக்குத்

தெரிவிக்க, அபிரகாம் அதைக் கேட்டுப் பரிதாபப்பட்டு அப்பட்டணங்களிலுள்ள நீதிமான்களை முன்னிட்டு அழிக்கவேண்டாமென்று எவ்வளவோ சர்வேசுரனிடம் பரிந்து பேசியும், இந்த பட்டணங்களிலுமுள்ளவர்களில் பத்துப்பேர் முதலாய் நல்லவர்களாய் இல்லாததால், ஆண்டவரோடு அபிரகாம் வாதாடின மறுநாட் காலையில் அப்பட்டணங்களுக்கு நூதனமும் பயங்கரமுமான மகா தண்டனை நேரிட்டது.

சர்வேசுரனால் அனுப்பப்பட்ட இரு தூதர்கள் சோதோமிலுள்ள லோத்து வீட்டுக்குப் போய், லோத்து, அவருடைய மனைவி, இரு குமாரத்திகள் ஆக நாலு பேரையும் அவ்விடத்தினின்று அப்புறப்படுத்தி, அப்பட்டணங்களைத் திரும்பிப் பார்க்காது போகும்படி அவர்களுக்கு ஆக்ஞாபித்தார்கள். உடனே வானத்திலிருந்து கெந்தகங்கலந்த நெருப்பு மழை பெய்து, அப்பட்டணங்களையும், அவற்றிலுள்ள சகல ஜீவராசிகளையும் அழித்துவிட்டது. ஆனால் லோத்தின் பெண்சாதி சம்மனசுக்களின் சொல்லை மீறித் திரும்பிப் பார்த்ததால், உப்புச்சிலையாகச் சமைக்கப்பட்டாள். அழிக்கப்பட்ட ஷ நகரங்களிருந்த இடம் இப்போது "சாக்கடல்" என்று சொல்லப்படுகிறது. அக்கடலின் ஜலம் கசப்புள்ளதாகி மனிதர் செய்த பாவங்களின்மேல் சர்வேசுரனுக்குண்டான கோபத்தின் ஞாபகார்த்தமாயிருக்கிறது.

"அசுத்த பாவமாகிய மோகபாவம் அமலனை வெறுத்து, ஆத்துமத்தைக் கொன்று, அங்கத்தைக் கெடுத்து, ஆயுளைக் குறைத்து, ஆரோக்கியத்தைப் போக்கி, அனைவரும் வெறுக்க ஆவியை நீக்கி, அக்கினி நிறைந்த அவியா நரகில் அநந்த காலம் அமிழ்த்திப்போடும்."

iii. கோரே, தாத்தான், அபிரோன்.

சர்வேசுரன் இஸ்ராயேல் ஜனங்களை நடத்த மோயீசனையும் ஆரோனையுந் தெரிந்து நியமித்து, பாரவோன் அடிமைத்தனத்தினின்று மீட்டுப் பாலுந்தேனும் பொழியும் கானான் தேசத்துக்கு அழைத்துச் செல்லும் பாதையில், கோரே, தாத்தான், அபிரோன் என மூவரும் மோயீசன் ஆரோன் இவர்களுக்கு விரோதமாகக் கலகஞ்செய்து, அவர்களுடைய அதிகாரத்தை மறுக்கத் துணிந்தார்கள்.

மறுநாள் ஆண்டவர் தமது பிரஜைகளை அந்தத் துஷ்டர்களுடையவும், அவர்களோடு சேர்ந்த 250 லேவித்தர்களுடையவுங் கூடாரங்களை விட்டு அப்பாலே போகவும் அவர்களுக்குச் சொந்த

மான யாதொன்றையுந் தொடாமலிருக்கவுங் கற்பித்து, அப்படித் தொட்டால் அவர்களின் பாவத்துக்கு இவர்கள் உடந்தையாவார்களென்றுஞ் சொன்னார். அப்போது என்ன நேரிடுமோவென்று ஜனங்கள் பார்த்துக்கொண்டிருக்கையில், பூமி பிளந்து அம்மூன்று பேரையும் அவர்களுடைய கூடாரம் முதலிய சொத்துக்களனைத்தையும் விழுங்கிவிட்டது. பிறகு நெருப்பு எழும்பி 250 லேவித்தர்களையும் சுட்டெரித்துவிட்டது. மோயீசனும் ஆரோனும் தெய்வ கட்டளைப்படி அதிகாரம் வகித்திருக்கிறார்களென்று அன்று ஜனங்கள் திருஷ்டாந்தமாய் அறிந்துகொண்டார்கள்.

"குருக்களுக்கு விரோதமாய்க் கலகஞ் செய்வோரை
உருக்குலைத் தழிக்குந் தெய்வம்."

சூ. ஆரோக்கியசாமி.

நடுவெழுத்தலங்கார வினா.

(விடை பாவினங்களில் இருத்தல்வேண்டும்.)

ஆசிரியப்பா.

நன்னூ லுணர்ந்த நாவல் லோரே!
தேனெனு மணிகள் தெள்ளிதிற் றோன்றும்
மாமறை நூலின் மாபெய ரொன்றும்
காசினி யதன்கண் கனவெனத் தோன்றும்
மானிட யாக்கையின் மன்னிய பெயருந்
தொன்னூல் பயின்று தோமிற் றகவு
சூர்ந்த மாந்தற் குறுபெய ரொன்றுங்
கந்தடர் களிற்றிற் காயவோர் நாமமும்
நிரையாய் நாட்டி நாபொறி யதனை
யிணைத்து வோதி னிப்படி யதனிற்
றோன்றிய பனுவலின் தொல்பெய ராகும்
அம்மொழி யஃதை யீண்டு
இயம்பு மிப்பூங் கொத்தி லினிதே.

V. கோபால [illegible], (H. G. S.),
R. C. போதனைமுறைக்கழகம், திரிசிரபுரம்.

182283